

ANTIPASTI E SNACK

Pomodori ripieni di riso

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 70 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

POMODORI grossi - 8

RISO 10 cucchiaini da tavola

PEPERONI 2

BASILICO 10 foglie

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola

SALE

I pomodori ripieni di riso sono quel cibo che tante volte, alla rosticceria sotto casa, ci fa gola! Antipasto o primo, non importa la sua collocazione sul menù, certamente i pomodori ripieni di riso sono un piatto completo e gustoso e, non poco importante, facilissimo da preparare.

PREPARAZIONE

- 1 Lavate bene i pomodori, quindi rimuovete la calotta superiore e scavate l'interno dei pomodori raccogliendo la polpa e l'acqua di vegetazione in una ciotola.



- 2 Condite la polpa di pomodoro con un bel giro d'olio, del sale e qualche foglia di basilico fresco spezzettato a mano.





- 3 Frullate il contenuto della ciotola con un frullatore ad immersione e mettetelo da parte.



- 4 Scaldate un giro d'olio in una padella e fatevi tostare il riso, quindi aggiungete alla padella la polpa del pomodoro frullata in precedenza.



- 5 Lasciate cuocere il riso per circa 4 minuti aggiungendo alla padella poca acqua qualora la preparazione d'asciugasse troppo.



- 6 Passato questo tempo di cottura, spegnete il fuoco sotto il riso e mettetelo da parte ad

intiepidire.

Nel frattempo lavate un peperone, rimuovete i filamenti bianchi e tagliateli a pezzettoni.

Ungete il fondo di una pirofila da forno con un giro d'olio extravergine d'oliva ed adagiatevi i pomodori scavati.



7 Unite i peperoni nella pirofila andando a colmare gli spazi vuoti.

Togliete le calotte ai pomodori, conditeli con poco olio e un pizzico di sale, quindi distribuite il riso al loro interno.



8 Distribuite una cucchiata di polpa frullata di pomodoro nei pomodori per rendere la farcitura più umida e facilitarne così la cottura; irrorate con un goccio d'olio extravergine

d'oliva e chiudete ciascun pomodoro con la propria calottina.



- 9 Condite il tutto con altro olio extravergine d'oliva, salate adeguatamente e infornate la pirofila a 180°C per circa un'ora.



10 Servite i pomodori ripieni sia caldi che tiepidi accompagnandoli con i peperoni.

NOTE

Dalle nostre monografie sulla Cucina di Stagione: "[...] Le varietà del pomodoro sono tante, sono accomunate dalla pelle sottile e dalla polpa carnosa. Il colore a maturazione può essere rosso oppure giallo.- Cuore di bue: è un pomodoro di grande dimensione, tendenzialmente tondo con leggere costole rialzate; a maturazione raggiunge un colore verde rosso, ha polpa carnosa e pochi semi; ottimo utilizzato a crudo in insalate;- A grappolo: viene raccolto a grappoli, a maturazione è di colore verde o rosso, ha la pelle liscia, polpa soda, pochi semi; ottimo in cottura per salse, perfetto per essere riempito con vari ingredienti, buono a crudo nelle insalate." Continua a leggere...